

DIPLOM



Suudad libiseda horisontaalses asendis nii selili kui ka rinnuli. Oskad pöörata seliasendist rinnuli ja uuesti tagasi selili. Julged hüpata basseini äärelt vette ja tõusta pinnale ning liikuda edasi krooli jalalöökidega ja pöörata end selili ning rahulikult hingata.

OLED VÄGA TUBLI!



Märgiujumist korraldavad : _____



Märgiujumist toetavad : _____



www.westberg.ee



KULTUURIMINISTEERIUM

EuroPark



DIPLOM



Julged hüpata basseini äärelt vette, oskad vees hinge kinni hoida. Oskad sukelduda avatud silmadega paarilise jalgade vahelt läbi ja tuua põhjast esemeid.

OLED VÄGA TUBLI!



Märgiujumist korraldavad : _____



Märgiujumist toetavad : _____



www.westberg.ee



KULTUURIMINISTEERIUM

EuroPark



DIPLOM



Oled veega kohanenud, sa ei karda veega pritsimist. Suudad veega pritsides transportida vees hõljuvat ujumislaua seda puudutamata vähemalt 5 meetrit.

OLED VÄGA TUBLI!



Märgiujumist korraldavad : _____



Märgiujumist toetavad : _____



www.westberg.ee



KULTUURIMINISTEERIUM

EuroPark



DIPLOM



Julged hüpata basseini äärelt vette ning oskad vees hinge kinni hoida. Suudad peale hüpēt tõusta veepinnale sirutatud rinnuli horisontaalsesse asendisse ja end selili keerata. Suudad sirutatud asendis hõljuda vees nii rinnuli kui ka rahulikult hingates selili.

OLED VÄGA TUBLI!



Märgiujumist korraldavad : _____



Märgiujumist toetavad : _____



www.westberg.ee



KULTUURIMINISTEERIUM

EuroPark



DIPLOM



Julged basseini äärelt hüpata libisedes sügavasse vette. Oskad ujuda krooli nii hingates kui ka hingamata. Oskad rahulikult hingates ujuda selili. Suudad läbida mini ujumisoskuse testi: hüpe sügavasse vette - ujumine 12,5 meetrit rinnuli - suuna muutus tagasi - ujumine 2-3 meetrit stardipaiga suunas - peatumine - hõljumine veepinnal 30 sekundit - ujumine selili tagasi lähtepunkti.

OLED VÄGA TUBLI!



Märgiujumist korraldavad : _____



Märgiujumist toetavad : _____



www.westberg.ee



KULTUURIMINISTEERIUM

EuroPark

